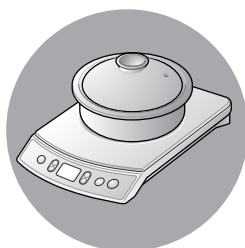
TOSHIBA
Leading Innovation >>>

東芝 IH 調理器 家庭用

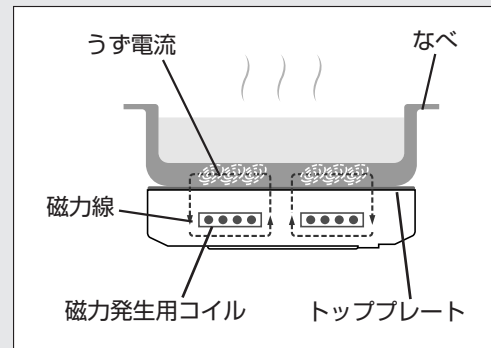
取扱説明書

形　名
MR-B30N

保証書付
保証書はこの取扱説明書の 24 ページについておりますので、お買い上げ日、販売店名などの記入をお確かめください。

- このたびは東芝 IH 調理器をお買い上げいただきまして、まことにありがとうございました。
- この商品を安全に正しく使用していただくために、お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり十分に理解してください。
- お読みになった後は、お使いになるかたがいつでも見られるところに必ず保管してください。

特長

● IH 加熱とは

磁力発生用コイルより発生した磁力線が、なべを通るとき、なべの底にうず電流が生じます。このうず電流がなべそのものを発熱させます。

●専用なべ付き

熱伝導の良い溶湯鍛造なべが高火力を効率的に素材へ伝えます。
外観は土なべ風仕あげになっています。

●専用なべ以外にもお手持ちのなべが使えます。

10 ページの使えるなべについてをよく読んでなべを選んでください。

安全上のご注意

必ずお守りください

商品および取扱説明書には、お使いになるかたや他の人への危害と財産の損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。次の内容（表示・図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

⚠警告	「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷*1を負うことが想定されること」を示します。
⚠注意	「取り扱いを誤った場合、使用者が傷害*2を負うことが想定されるか、または物的損害*3の発生が想定されること」を示します。

＊1：重傷とは、失明や、けが、やけど(高温·低温)、感電、骨折、中毒などで、後遺症が残るものおよび治療に入院·長期の通院を要するものをさします。
＊2：傷害とは、治療に入院や長期の通院を要さない、けが、やけど、感電などをさします。
＊3：物的損害とは、家屋·家財および家畜·ペット等にかかわる拡大損害をさします。

図記号の説明

禁　止

⦸は、禁止（してはいけないこと）を示します。
具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

指　示

●は、指示する行為の強制（必ずすること）を示します。
具体的な指示内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

注　意

△は、注意を示します。
具体的な注意内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

⚠警告

分解禁止

分解・修理・改造をしない
火災・感電・けがの原因になります。
修理はお買い上げの販売店または、東芝家電修理ご相談センターにご相談ください。

交流100Vのコンセントを単独で使う

電源は交流100Vで、定格15A以上のコンセントを単独で使う
交流 100V 以外で使ったり、コンセントを他の器具と同時に使ったり、延長コードを使うと火災・感電の原因になります。

使用禁止

コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使わない
感電・ショート・発火の原因になります。

禁　止

マグネット式プラグにピンやごみを付着させない
感電・ショート・発火の原因になります。

水ぬれ禁止

水につけたり、水をかけたりしない
ショート・感電の原因になります。

禁　止

マグネット式プラグをなめさせない
乳幼児が誤ってなめないよう注意する
感電やけがの原因になります。

根元まで差し込む

電源プラグは根元まで確実に差し込む
感電・ショート・発煙・発火の原因になります。

禁　止

吸・排気口やすき間にピンや針金などの金属物等、異物を入れない
感電や異常動作してけがをすることがあります。

禁　止

トッププレートの上にカセットコンロやカセットボンベ、スプレー缶などを置かない
誤って加熱すると爆発し、火災の原因になります。

禁　止

トッププレートに衝撃を与えない
万一ひびが入ったり割れた場合、そのまま使うと過熱や異常動作・感電の原因になります。このような場合は電源プラグをコンセントから抜いて使用を中止し、すぐに修理を依頼してください。

禁　止

子供だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わない
やけど・感電・けがをする原因になります。

ほこりを取る

電源プラグの刃および刃の取付面にほこりが付いているときは、乾いた布でよくふき取る
火災の原因になります。

ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグ・マグネット式プラグを抜き差ししない
感電やけがの原因になります。

無理な扱い禁止

コードを傷つけたり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねて通電したり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりしない
コードが破損し、火災・感電の原因になります。

安全上のご注意（つづき）

⚠注意

プラグを持って抜く

電源プラグを抜くときは、コードを持たずに先端の電源プラグを持って引き抜く

感電やショートして発火することがあります。

禁 止

他の器具（ガスコンロなど）であらかじめ加熱した油を使わない

温度制御装置が正常に働かず、異常加熱し火災の原因になることがあります。

禁 止

水のかかるところや火気の近くでは使わない

感電や漏電、本体の変形や火災の原因になります。

禁 止

専用のコードセット以外は使わない、またコードセットは他の機器に転用しない

故障・発火の原因になります。

禁 止

なべは不安定な状態で使わない

トッププレートからずれた状態で使用すると落下などにより、やけどやけがの原因になります。

接触禁止

使用後しばらくは、なべの熱でトッププレートが熱くなっていますので、手を触れない

やけどをすることがあります。

禁 止

800g（0.9L）未満の油では揚物調理しない

油温が上がりすぎ、発火の原因になります。

プラグを抜く

使用時以外は、電源プラグをコンセントから抜く

けがややけど、絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。

禁 止

缶詰、アルミ缶、アルミ箔、アルミパック食品など、なべ以外のものはのせない

破裂したり赤熱してけがややけどをすることがあります。

接触禁止

高温部に触れない

ふた、ふたつまみ、なべ、とって部などが熱くなりますので、やけどに注意してください。

通電を切る

油煙が多く出たら通電を切る

油が高温になっています。続けて加熱すると発火し火災になります。

禁 止

排気口、吸気口をふさがない

紙やテーブルクロスなどの吸込みやすいものの上で使用して排気口、吸気口をふさぐと本体内部の温度があがり、火災の原因になります。

医師と相談する

心臓用ペースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよく相談する

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

禁 止

揚物調理を加熱キーでセットしない

油温が上がりすぎ、発火の原因になります。

禁 止

不安定な場所や熱に弱い敷物の上、燃えやすいものの近く、すべりやすい場所などでは使わない

本体が傾いていると、なべがすべり落ち、内容物がこぼれてやけどやけがの原因になります。

⚠注意

禁 止

調理以外の目的で使わない

けがややけどの原因になります。

禁 止

なべの下に紙などを敷かない

なべの熱で紙が焦げたりします。

禁 止

空だきや過熱をしない

やけどや調理物の発火、なべの破損の原因になります。

禁 止

揚物調理中はそばを離れない

油が少ない場合など油温があがり過ぎ、発火することがあります。

接触禁止

ふたを取るとき蒸気に触れない

鍋物料理は特に蒸気が勢いよく出るので、やけどに注意してください。

飛び散りに注意

揚物調理中は、飛び散る油に注意する

油が飛び散ってやけどの原因になります。
特に水分の多い食品の場合はご注意ください。

禁 止

本体になべをのせたまま持ち運ばない

なべがすべり落ちて、やけどやけがの原因になります。

禁 止

磁力線が出ているので、磁気に弱いものを近づけない

キャッシュカード、自動改札定期券、カセットテープなどの記憶が消えることがあります。また、雑音が入ることがありますので、ラジオ、テレビ、無線機の影響のないところまで離して使ってください。

お願い

使用中トッププレートに金属製の小物（ナイフ、スプーンなど）を置かないでください。

加熱され、やけどをする原因になります。

操作部に衝撃を与えないでください。

故障の原因になります。

本体、コードセットを丸洗いしたり、本体内部や底部に水を入れたりしないでください。

ショート・感電の原因になります。

本体の下に紙やテーブルクロスなどの吸いこみやすいものを敷かないでください。

排気口、吸気口がふさがれて故障の原因となります。

専用なべは、火加減を強めにするとふきこぼれやすくなります。蒸気が出始めたら火加減を弱めに調節し、ふきこぼさないようにしてください。

なべはトッププレートの中央にのせて使用してください。

なべがずれていると、温度調節が正しくできなかったり、安全機能が働かなかったり、加熱しなかったりすることがあります。

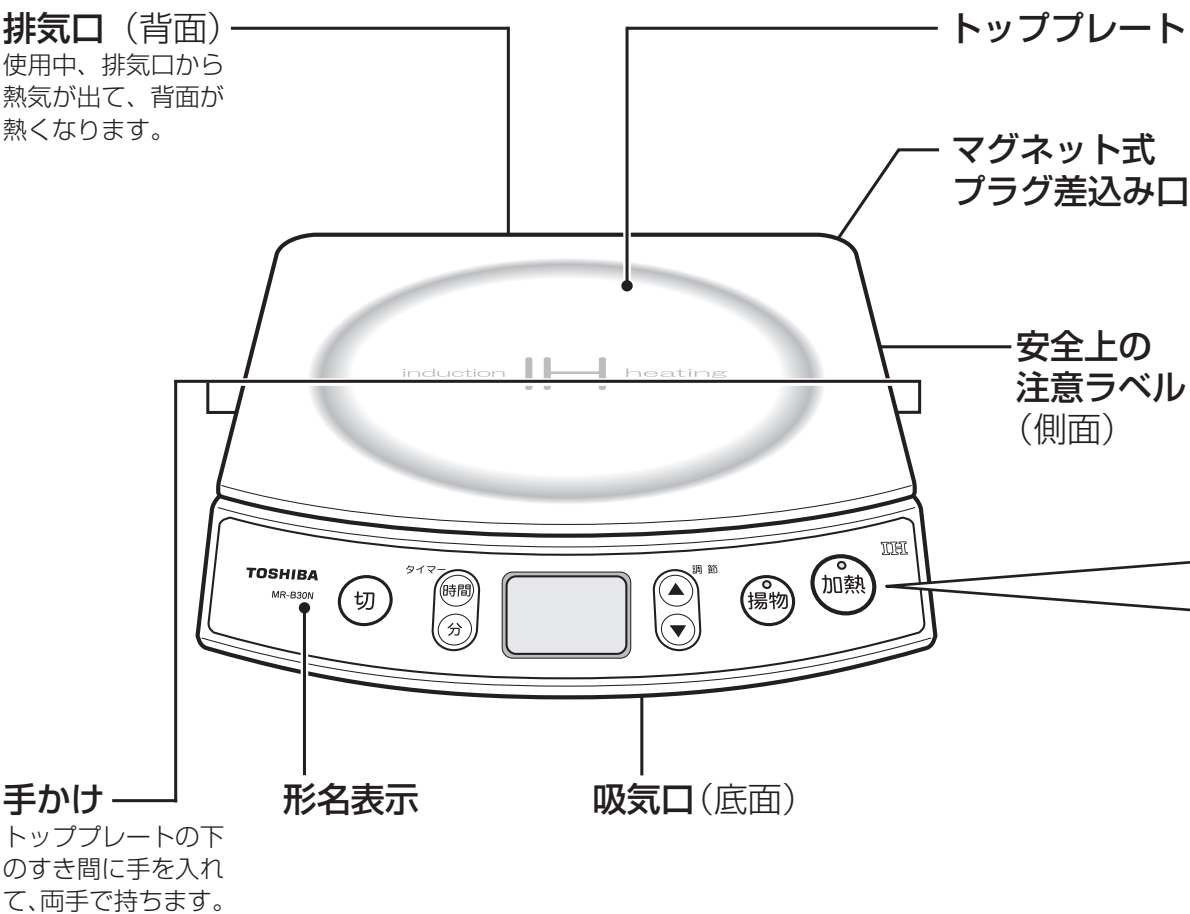
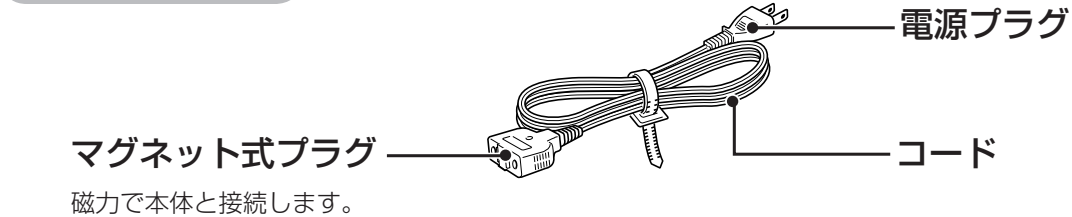
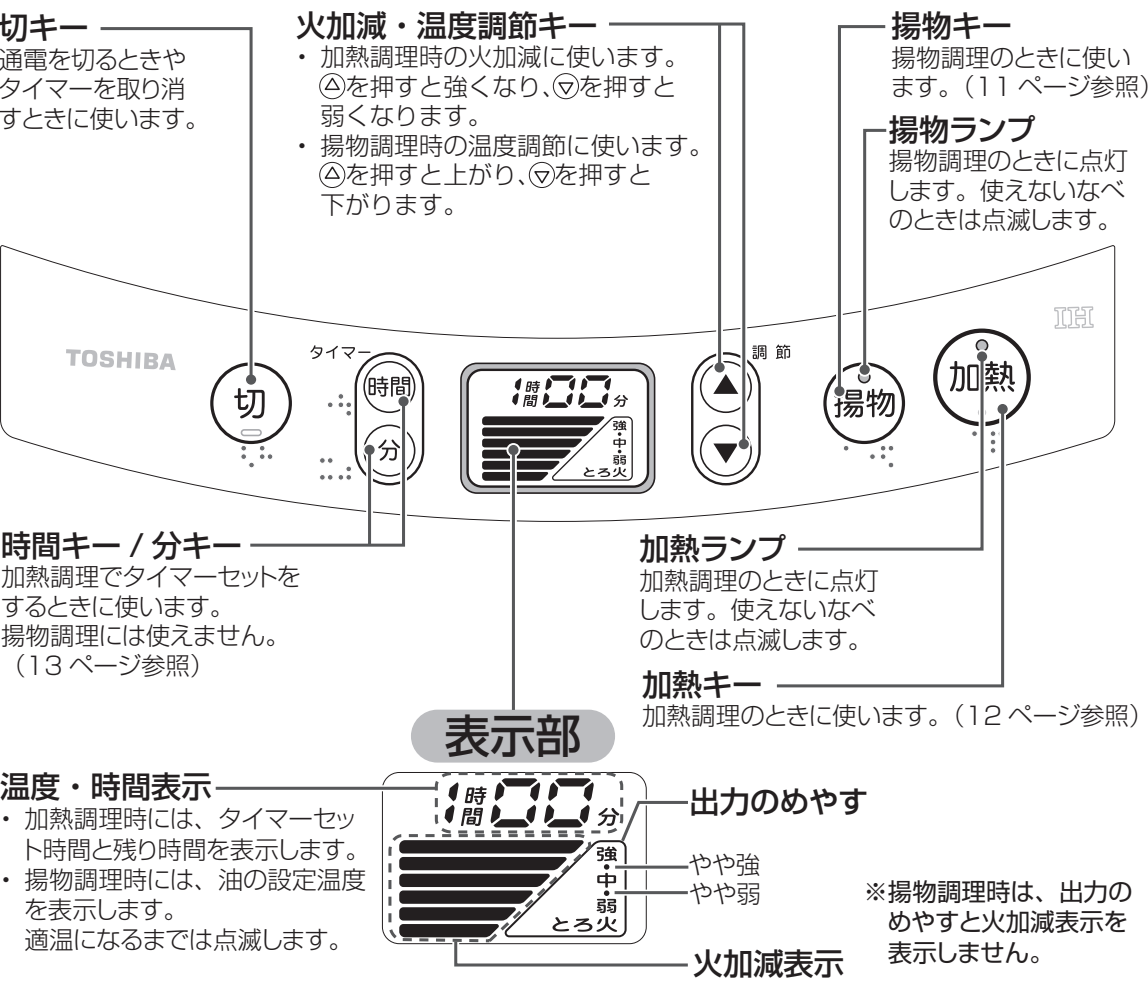
各部のなまえとはたらき

コードセット

電源プラグ

コード

マグネット式プラグ

磁力で本体と接続します。

点字について

操作部内の（ ）などのマークは点字です。
各マークは以下の意味で記してあります。

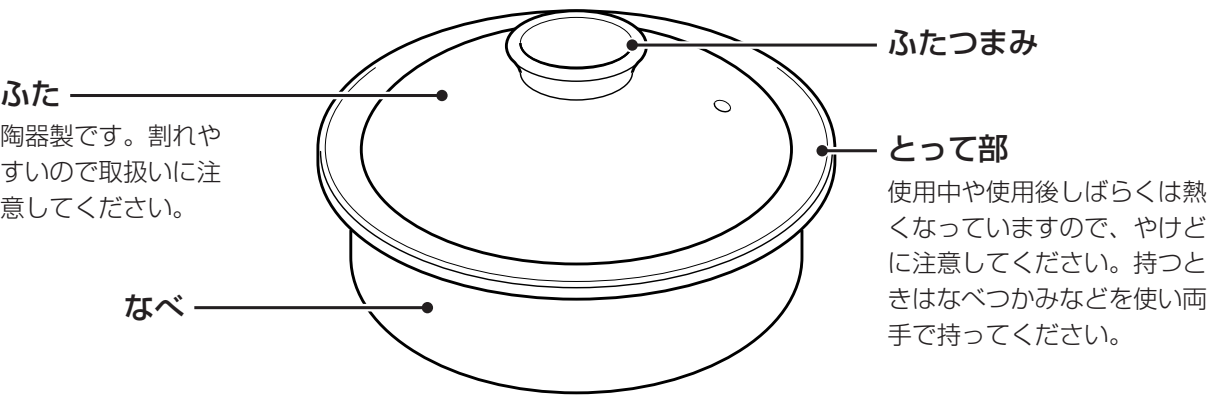
点 字					
読 み	キリ	ジ	フン	アゲ	カネ
キ ー	切り	時	分	揚物	加熱

凸マークについて

切キー（ ）、**加熱**キー（ ）には凸マークが入っています。

各部のなまえとはたらき（つづき）

専用なべ

鍋物、煮物、煮込み、蒸し物に使います。
揚物には使用しないでください。（正しい温度調節ができません）
揚物をするときは、底が平らでトッププレートに密着する天ぷらなべをお使いください。

専用なべを傷めないために

- 初めて使用するときは、ぬるま湯で全体をよく洗ってからご使用ください。
- 急冷しないでください。変色の原因になります。
- 調理したものの残りや水を入れたまま放置しないでください。サビが発生する原因になります。
- 空だきをしないでください。変形・変色の原因になります。

お急ぎのときは

鍋物（よせなべなど）の下ごしらえに専用なべをガスコンロにもかけられます。
専用なべは熱の伝わりが良いので最初「中火」で加熱し、ふたとなべの間から蒸気が出始めたら「弱火」や「とろ火」で調理します。

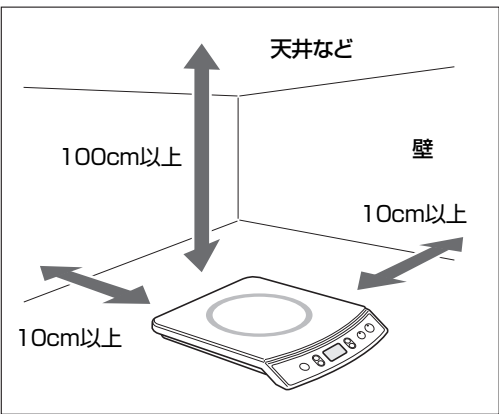
- 「強火」で調理しないでください。こげつきや変形・変色の原因になります。
- ガスコンロにかけての空だき、焼物、炒め物、揚物は絶対にしないでください。
- ガスコンロの上で専用なべを動かさないでください。底部に傷がつく原因になります。

次のことはお使いになる上で差し支えありません

- 使用中「ブーン」や「ジーン」などの共振音がすることがあります。
- ご使用に伴い、なべの調理面が多少黒くなることがあります。
- ご使用に伴い、なべの裏面が多少変色することがあります。
- ふたは陶器製のため、色に多少のバラつきがあります。

設置場所について

周囲の可燃物から次の距離を離して使ってください。
（可燃物が木製の壁・家具などの場合）

- 片側は開放してください。
- 吸気口や排気口の周辺に障害物がある場合は取り除いてください。
- 壁や家具などの近くでは使わないでください。

安全機能について

なべ無し自動停止機能

次の場合、加熱ランプまたは揚物ランプが点滅し、１分後にブザーが鳴って、自動的に通電が切れます。

- なべをのせないで加熱キーまたは揚物キーを押した
- 調理中、なべをはずした
- 使えないなべをのせた

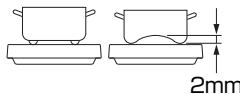
切り忘れ防止自動停止機能

加熱開始後、次の時間が経過すると、ブザーが鳴り、自動的に通電が切れます。

加熱キー	火加減：「とろ火」、「弱」のとき	10 時間
	火加減：「やや弱」、「中」、「やや強」、「強」のとき	1 時間
	・タイマーがセットされているときは、タイマーが優先され加熱キーは働きません。 ・火加減が「とろ火」や「弱」で、通電開始から 1 時間以上経過しているときに火加減を「やや弱」以上に切り換えると、自動的に切になります。	
揚物キー	1 時間	

温度過昇防止機能

空だきなどにより、なべが高温になり過ぎると、自動的に火加減をコントロールします。

使えるなべについて

付属の専用なべ以外にも、お手持ちのなべが使えます。下の表を参考にしてください。

使えるなべ

材　質	形　状
鉄・鉄鋳物 鉄ホーロー ステンレス ［18−8］［18−10］	●なべの底が平らなもので、底の直径が12～ 30cmのもの 12～30cm

▶メモ

- ●使えるなべでも形状、材質により多少加熱量が変わります。
- ●多層なべでステンレスに見えても、アルミなどを間にはさんだものは、加熱しないことがあります。
- ●底の薄いなべを使用すると、調理中に底が変形し、安全機能が働かなくなるおそれがあります。底が変形したときは、すぐに使用を中止してください。

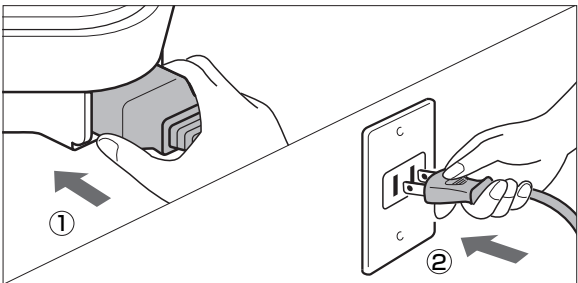
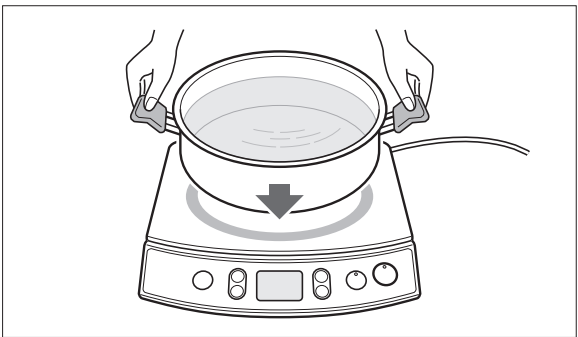
使えないなべ

なべ底に磁石が吸着しない、または吸着力の弱いなべは使えません。

材　質	形　状
耐熱ガラス 陶磁器（土なべなど） 銅 アルミ	●底の直径が約30cm以上または12cm未満 ●底の丸いもの（中華なべなど） ●底に約2mm以上のソリや脚がついているもの 2mm

使えるなべの見分けかた

1 コードセットを接続する

●マグネット式プラグにピンなど金属片やごみが付着していないことを確認してから接続してください。

2 なべに水を入れトッププレートの中央にのせる

3 加熱キーを押す

使えるなべのとき

▶ 加熱ランプが点灯

確認したらすぐに切キーを押して、電源を切る

（そのまま放置すると、なべが熱くなります）

使えないなべのとき

▶ 加熱ランプが点滅

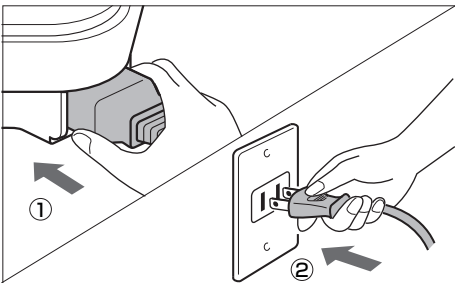
約 1 分後に表示とランプが消え、ブザーが鳴って通電が切れる

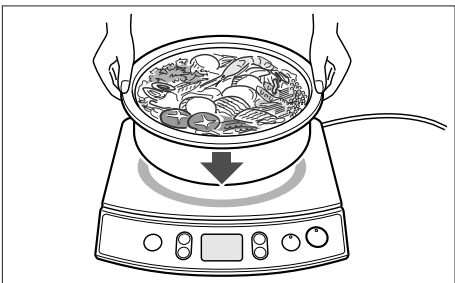
（なべは加熱されません）

加熱調理のしかた

- 使い初めに排気口などからにおいがすることがありますが、異常ではありません。
- 加熱中は「ブーン」という内部のファンが回る音や「ジー」と通電音がしますが、異常ではありません。
- ふきこぼれやこげつきなどには十分ご注意ください。

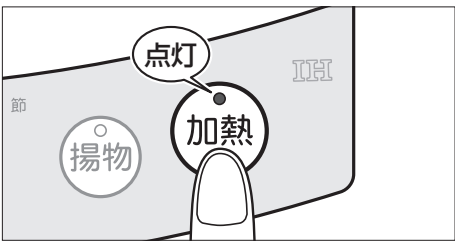
1 コードセットを接続する

- マグネット式プラグにピンなど金属片やごみが付着していないことを確認してから接続してください。

2 なべに材料を入れ、トッププレートの中央にのせる

なべは、必ずトッププレートの中央にのせてください。ずれていると、温度調節が正しくできなかったり、安全機能が働かなかったり、加熱しなかったりすることがあります。

3 加熱キーを押す

- 自動的に「強」が設定されます。

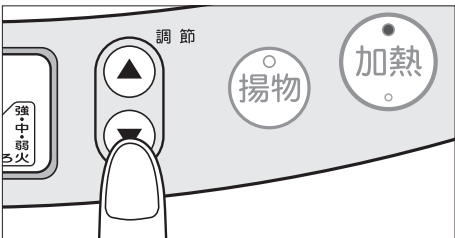
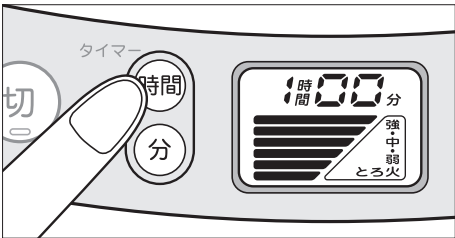
▶ 運転ランプ、加熱ランプが点灯

（加熱ランプが点滅している場合は、使えるなべの見分けかた（11 ページ）をご参照ください。）

4 火加減・温度調節キーで火加減を調節しながら調理する

▼キーを押すごとに「とろ火」側へ
▲キーを押すごとに「強」側へ

- 「強」になると「♪ピロロ」と鳴り、火加減が最高に設定されたことをお知らせします。

火加減調節のめやす（18 ページ）をご参照ください。

タイマーを使うとき

時間キーで時間を、分キーで分をセットする

セットできる時間は、設定した火加減により異なります。

設定した火加減		弱 とろ火	強・中・
セットできる時間		1 分〜 9 時間 55 分	1 分〜 1 時間
キーの操作	時間	1 時間刻みで 9 時間まで	1 時間のみ
	分	20 分までは 1 分刻み、20 分以降は 5 分刻みで 55 分まで	
キー操作について		●時間を先にセットしてから分をセットすると 5 分刻みになります。1 分単位でセットしたいときは、先に分をセットしてから時間をセットしてください。	●「時間」←→「分」を切り換えると「♪ピピピ」と鳴ってお知らせします。
		●キーを押し続けると早送りができます。また、セットできる最大時間になると「♪ピロロ」と鳴ってお知らせします。	

お知らせ
- タイマーセット中でも、火加減や時間を変更できます。
- 火加減が「とろ火」や「弱」でタイマーを 1 時間以上でセット中に、火加減の設定を「やや弱」以上に調節した場合、自動的にタイマーは 1 時間に変更されます。

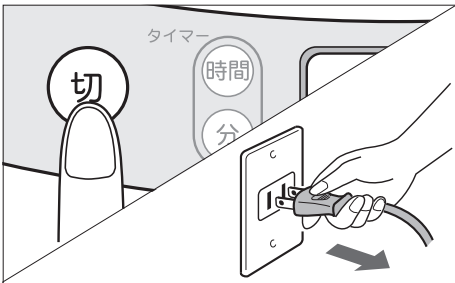
▶ タイマーがカウントダウンし、残時間を 1 分刻みで表示します。

タイマーを取り消すときは、切キーを押す

加熱を続けたいときは、**加熱**キーを再度押してセットし直してください。

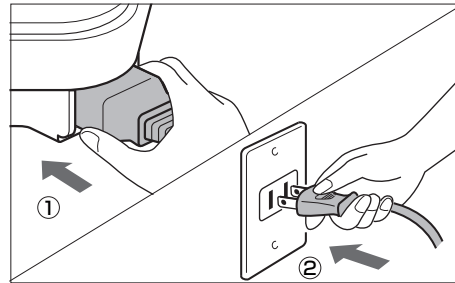
▶ タイマーが終了すると、ブザーが鳴り自動的に通電が切れます。

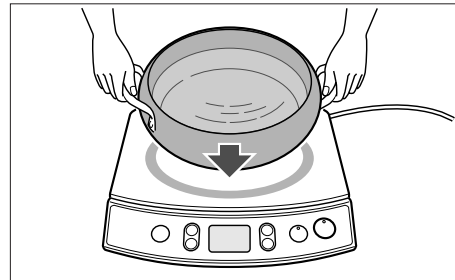
5 調理が終わったら、切キーを押して電源プラグをコンセントから抜く

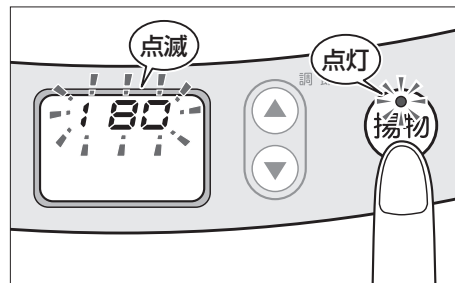
- 電源プラグを差し込んだままにしておくと、約 2W の電力を消費します。
- 調理後ふたとなべが密着して取れなくなったら、火加減「弱」でなべをあたためてから取ってください。

揚物調理のしかた

●揚げ物調理は天ぷらなべをお使いください。
●使い初めに排気口などからにおいがすることがありますが、異常ではありません。
●加熱中は「ブーン」という内部のファンが回る音や「ジー」と通電音がしますが、異常ではありません。
●安全上のご注意をよく読んでからお使いください。

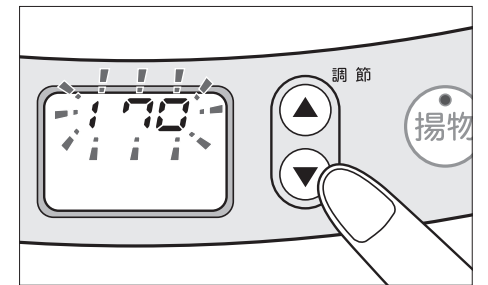
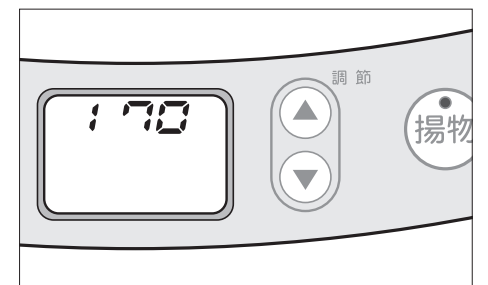
1 コードセットを接続する

●マグネット式プラグにピンなど金属片やごみが付着していないことを確認してから接続してください。

2 天ぷらなべをトッププレート中央にのせ、800g の油を入れる

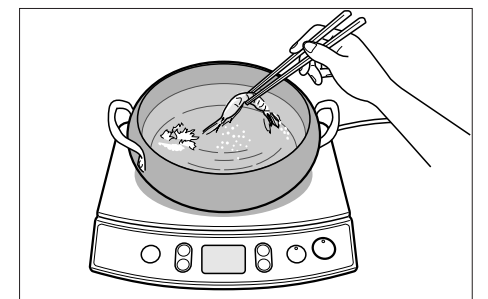
●**底が平らでトッププレートに密着する天ぷらなべをお使いください。**
●**800g（0.9L）未満の油では調理しないでください。**油温があがり過ぎ、発火の原因になります。

3 揚物キーを押す

●自動的に 180 が設定されます。
▶ 温度表示「180」が点滅
運転ランプ、揚物ランプが点灯
（温度表示が点灯し、揚物ランプが点滅している場合は、使えるなべの見分けかた（11 ページ）をご参照ください。）

4 火加減・温度調節キーで温度を選び予熱する

●150、160、170、180、190、200 が選べます。
▽キーを押すごとに「150」側へ
△キーを押すごとに「200」側へ

●「200」になると「♪ピロロ」と鳴り、温度が最高に設定されたことをお知らせします。

●設定温度になると、温度表示が点灯に切り換わり、ブザーが鳴って予熱完了をお知らせします。

●なべの材質や形状、食材によって表示と実際の温度がずれることがあります。調理のでき具合により、温度を調節してください。
●温度調節のめやす（18 ページ）をご覧ください。

5 揚げる

●調理中に温度を変えると、適温になるまで表示が点滅します。

6 調理が終わったら、切キーを押して電源プラグをコンセントから抜く

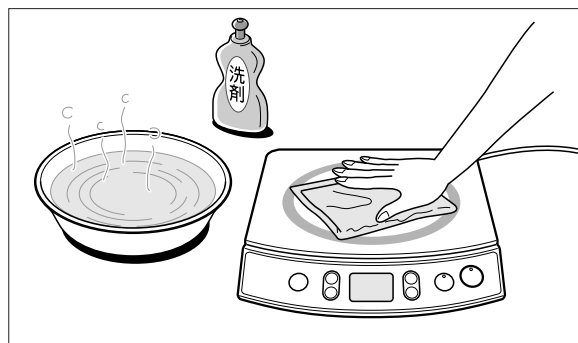
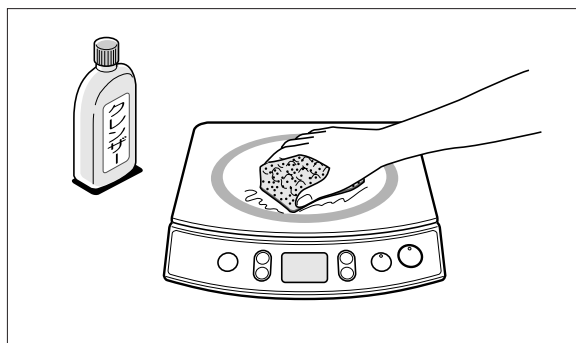
●電源プラグを差し込んだままにしておくと、約 2W の電力を消費します。

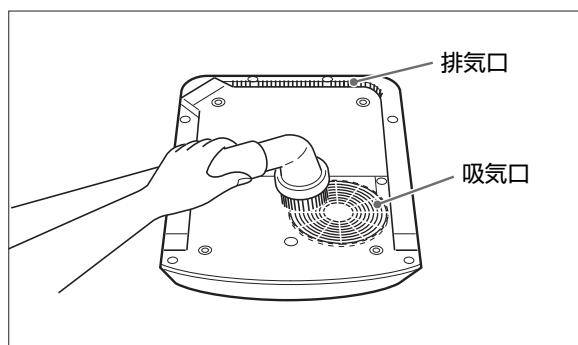
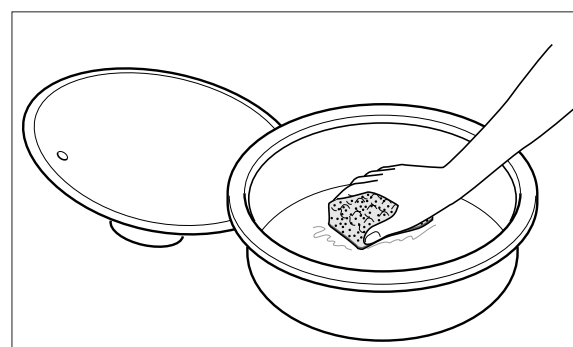
お手入れのしかた

●必ず電源プラグを抜いて、冷えてからお手入れをしてください。

お願い
●ベンジン、シンナー、アルコール、クレンザー（トッププレート、ふた以外）、漂白剤などは使わないでください。

本体・トッププレート

かたくしぼったふきんでふき取ります。
汚れがひどいときは、台所用中性洗剤をしみこませた布でふき取り、ふきんで洗剤分をふき取ります。

トッププレートについた取れにくい汚れ
クレンザーを少量つけて、こすり取ります。

吸気口・排気口

掃除機で吸気口・排気口についているゴミ、ほこりを取り除きます。

専用なべ・ふた

冷えてから、うすめた台所用中性洗剤とスポンジで洗います。
洗い終わったら、水気をよくふき取って乾かしてください。

ふたが熱いときに水に漬けたり水をかけたりして、急に冷やさないでください。割れる原因になります。

フッ素コートを傷めないために
●調理後は調理したものを保存しないでください。他の容器に移してください。
●調理後はすぐにお手入れをしてください。塩分や酸などを含んだ汚れが付着したまま放置しないでください。
●湿気の多い場所で保管しないでください。

変色について
使用後、内面に白いはん点や虹色の変色が出ることがありますが、これは水道水中の微量成分（マグネシウム、カルシウムなど）が付着したものです。衛生上問題はありません。

お料理ガイド

加熱調理の火加減調節のめやす

●専用なべで焼き物や炒め物をしないでください。

	火加減表示	とろ火	弱	やや弱	中	やや強	強	調節のポイント
	火加減（約）	120W相当	300W相当	600W	800W	1100W	1300W	
煮る	よせなべ		↔	煮る ↔	↔		沸とうまで ↔	火加減「強」で、沸とうしたら煮えぐあいを見ながら火加減を下げる
	すき焼き					煮る ↔	↔	火加減「中」で焼き、煮えぐあいを見ながら火加減をあげる
煮込む	おでん ロールキャベツ		煮込む ↔				沸とうまで ↔	火加減「強」で、沸とうしたら火加減を下げる
	カレー・シチュー	煮込む ↔	↔					火加減「中」で炒め、沸とうさせ煮えぐあいを見ながら火加減を下げる
	肉じゃが			煮込む ↔			沸とうまで ↔	
蒸す	茶わん蒸し			蒸す ↔			沸とうまで ↔	火加減「強」で、沸とうしたら火加減を下げて蒸す
	カップ蒸し ケーキ				蒸す ↔		沸とうまで ↔	
焼く	ホットケーキ お好み焼き			焼く ↔	予熱 ↔			火加減「中」で十分に予熱し、なべ底に油をよくなじませ、火加減を下げて焼く

●なべの種類や材料の量によって、火加減を調節してください。
●炒め物など少量の油を入れて調理する場合は、油の温度が急激にあがって油が発火することがあります。火加減を弱めに調節し、加熱し過ぎないように注意してください。

揚物調理の温度調節のめやす（底が平らな天ぷらなべで油 800g の場合）

●なべの材質、形状、材料などによって、表示と実際の油温がずれることがあります。

温度表示	150	160	170	180	190	200	調節のポイント
野菜の天ぷら		↔	↔	↔			(*) 冷凍食品を揚げる場合は、冷凍食品に表示されている温度範囲の高い方の温度に合わせてください。
魚介類の天ぷら			↔	↔			
フライ			↔	↔			
冷凍食品（*）			↔	↔	↔		
ドーナツ			↔	↔			

※一度にたくさん入れないでください。（油の表面積の 1 ／ 2 程度が適量のめやす）

お料理メニュー

加熱調理

すきやき

材料（4 人分）

- 牛肩もも肉………… 600 g
- 長ねぎ………………… 2 本
- ごぼう…………………1/2 本
- 生しいたけ…………… 8 枚
- えのきだけ…………… 1 束
- 白菜……………………1/4 個
- 春菊…………………… 1 束
- 焼き豆腐……………… 1 丁
- しらたき……………… 1 玉
- 卵……………………… 4 個
- 割り下
  - A
    - だし汁 ……1 1/3カップ (270ml)
    - しょうゆ …1 1/3カップ (270ml)
    - みりん …… 3/4カップ (140ml)
    - 砂糖 ………………100g

作りかた

1. 割り下を作る。別の鍋に A を入れて火にかけ、沸騰させてアクを取り、冷ましておく。
2. 牛肉は食べやすい大きさに切る。ごぼうはささがきにして水にさらし、長ねぎは斜め切りにする。しいたけとえのきだけは石づきを取り、白菜と水菜はざく切りにする。焼き豆腐は一口大に切り、しらたきはゆでてアクを抜いて食べやすい長さに切る。
3. 専用なべをセットしてごぼうと割り下の半量を入れ、**加熱**キーを押して火加減**「強」**で煮る。
4. ごぼうに火が通ったら牛肉、野菜、しらたき、焼き豆腐などを入れる。
5. 具が煮えたら、溶き卵にくぐらせながら食べ、順次牛肉や野菜を入れ、割り下を足しながら煮る。

肉豆腐

材料（4 人分）

- 絹ごし豆腐…………… 2 丁
- 牛バラ肉………………150g
- 長ねぎ………………… 1 本
- だし…………… 2カップ (400ml)
- A
  - 酒…………… 大さじ 2
  - 砂糖………… 大さじ 2
  - しょうゆ…… 大さじ 4
- 卵黄…………………… 2 個

作りかた

1. 牛肉は食べやすい大きさに切り、豆腐は一口大に切る。長ねぎは斜め切りにする。
2. 専用なべをセットしてだし汁を入れ、**加熱**キーを押して火加減**「強」**で加熱する。沸騰したら A と牛肉を加え、ふたをして煮る。
3. 豆腐、長ねぎを加えて材料に火が通ったら卵黄を入れて再びふたをし、**「弱」**にしてしばらく蒸らす。

加熱調理

よせなべ

材料（4人分）

白身魚……………………2切
大正えび(背わたを取る)…4尾
鶏肉(一口大に切る)… 100g
えのきだけ(石づきを取る)…1袋
焼き豆腐(やっこに切る)…1丁
白菜(ざく切り)………1/4個
水菜(ざく切り)…………1束
生しいたけ(石づきを取る)…4枚
長ねぎ(斜め切り)………1本
A
- だし汁…………5カップ
- 日本酒…………大さじ2
- みりん…………大さじ2
- 塩………………小さじ2
- しょうゆ………大さじ1

作りかた

1. 白身魚は、一口大に切って熱湯をさっとかけ霜ふりにする。
2. 白菜とほうれん草をゆで、白菜3枚を1組としてすだれにのせ、ほうれん草をしんに巻き、約4cmの長さに切る。
3. Aを合わせ、さっと煮立て煮汁を作っておく。
4. 専用なべに材料を色どりよく並べ、煮汁を入れてふたをし、**加熱**キーを押して、火加減「**強**」で加熱する。
5. 蒸気が上がってきたらふたを取り、火加減「**中**」～「**弱**」に下げて煮る。

※ふきこぼれないように火加減を調節してください。

カニの中華風雑炊

材料（4人分）

ごはん………… 茶碗4杯分
カニ肉（むき身）……100g
酒………………… 大さじ1
かぶ……………………100g
干ししいたけ……………3個
えのきだけ…………… 1束
しょうが………… 1片（小）
青ねぎ…………………1/2束
卵………………………3個
A
- 鶏がらスープ… 5カップ（1L）
- 干ししいたけの戻し汁 …… 1カップ（200ml）

B
- 塩…………… 小さじ2
- しょうゆ……… 大さじ2

作りかた

1. カニ肉はほぐして、酒をかけておく。かぶは1cm角のさいの目切りにし、しょうがはせんぎりにする。干ししいたけは戻してせんぎりにする。えのきだけは石づきを取る。
2. 専用なべをセットしてAを入れ、**加熱**キーを押して火加減「**強**」で加熱する。
3. しいたけとかぶとしょうがを入れて沸騰させ、Bを加えてかぶに火が通ったところへカニ肉とごはんとえのきだけを入れて、ふたをして2～3分煮る。
4. 割りほぐした卵をまわしかけ、もう一度ふたをして切る。
5. ふたを開けて、みじん切りにした青ねぎを散らす。

揚物調理

天ぷら

材料（4人分）

えび……………………… 8尾
ししとう……………… 8本
その他にんじん、れんこんなどお好みの材料
衣
- 薄力粉 ……… カップ1強（110g）
- 冷水 カップ3/4（150ml）
- 卵……………………… 1個

油………………………800g

作りかた

1. えびはカラと背わたを取り、腹側に切れ目を入れる。
2. ししとうは水気をふきとり、縦に切れ目を入れる。
3. 卵に冷水を加えてときほぐし、薄力粉を加え、さっくり混ぜる。
4. 天ぷらなべに油（800g）を入れ、「**180**」に合わせて予熱する。
5. 3の衣をつけて揚げる。

油の温度の見分けかた
衣を少量落としたときの衣の状態で判断することもできます。
右図を参照してください。

油の飛び散りを少なくするために
材料は必ず水分をふき取ってください。
- 特にしいたけやピーマンなど！
  （水分が残っていると破裂することがあります）

いかやゆで卵などは揚げすぎないでください。
- 長時間揚げると破裂！
  （特にけんさきいかやするめいかなどは注意）
- なべの中に揚げ忘れがないか、常に確認を！

衣や生地作りのご注意
- 天ぷら衣は固すぎないように！
  （水分の多い材料には、必ず薄力粉をうすくまぶしてから衣をつける）
- ドーナツなどの生地には、ベーキングパウダーや砂糖を入れて！

特に下ごしらえの必要な材料

え び
尾の先を切って水分を出す

ししとう辛子
水気をふき取り、縦に切り込みを入れる

い か
皮をむき水分をふき取り、切れ目を入れる

仕 様

項目	内容	区分	項目	内容
電源	交流100V 50－60Hz共用	本体	外形寸法（約）	幅30.4cm×奥行37.3cm×高さ5.2cm
消費電力	1300W		質量	約2.8kg（コードセット含む）
加熱キー	約120W相当～約1300W	専用なべ	大きさ（約）	内径24.0cm×深さ7.0cm
揚物キー	約150℃～約200℃		質量	約2.2kg（ふた含む）
コードの長さ	2.5m		満水容量	約3L
温度ヒューズ	184℃			

- この商品は、日本国内用に設計・販売しています。電源電圧や周波数の異なる国では、使用できません。海外での修理や部品販売などのアフターサービスも対象外となります。

故障かな？と思ったとき

修理を依頼する前に、次の点をお調べください。

このようなとき	お調べいただくこと	処置のしかた
キーを押しても受け付けない	●マグネット式プラグ、電源プラグがはずれていませんか。	プラグを確実に差し込んでください。
加熱ランプが点滅するまたは揚物ランプが点滅する	●なべをのせ忘れていませんか。 ●使えないなべをのせていませんか。 ●なべの位置が中央からずれていませんか。 ●調理の途中でなべをトッププレートからはずしませんでしたか。	なべ無し自動停止機能が働いたためです。 使えるなべをトッププレートに正しくのせてください。
使っている途中で通電しなくなった	●調理の途中でなべをトッププレートからはずしませんでしたか。 ●使えないなべをのせていませんか。	使えるなべをトッププレートに正しくのせて、もう一度操作し直してください。
	●加熱開始後 1時間(加熱「弱」以下では 10時間)経過していませんか。	切り忘れ防止自動停止機能が働いたためです。もう一度操作し直してください。
	●空だきしていませんか。	なべの温度があがり過ぎると自動的に通電を停止します。本体を十分に冷ましてください。
調理中に「ブーン」や「ジー」と音がする	●「ブーン」音は内部の熱を外へ逃がすためのファンが回る音です。「ジー」音は通電音です。	異常ではありません。そのままお使いください。
タイマーが使えない	●**揚物**キーで調理していませんか。	揚物調理でタイマーは使えません。
使っている途中で火力が弱くなった	●なべの温度が異常にあがり、温度過昇防止機能が働いて、火加減を自動的にコントロールしているためです。	温度が下がると、自動的に元の火加減に戻ります。そのままお使いください。
表示部に次の表示が出たとき C10	●吸・排気口がほこりなどでふさがっていませんか。 ●吸・排気口をふさぐような場所で使っていませんか。	**切**キーを押して電源プラグをコンセントから抜き、ほこりを取り除いてください。または吸・排気口をふさがない場所で使ってください。
表示部に次の表示が出たとき F01 ～ F11	**切**キーを押して電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。	

上記に従って調べていただいても原因がわからないときやその他の異常や故障があるときは、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

停電したとき（途中で電源プラグを抜いたり、ブレーカーが働いたときも同じです）

●切状態になりますので、加熱を続ける場合は、もう一度操作をやり直してください。

保証とアフターサービス 必ずお読みください

ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談ならびに、お取り扱い・お手入れに関するご不明な点は **お買い上げの販売店にご相談ください。**

販売店に修理のご相談ができない場合

東芝家電修理ご相談センター

フリーダイヤル 0120-1048-41

携帯電話・PHSからのご利用は

東日本地区（北海道、東北、関東、甲信越、東海、沖縄県）044-543-0220

西日本地区（上記以外）06-6440-4411

電話で 24時間 365日 お応えします

お買い物・お取り扱いのご相談

東芝家電ご相談センター

フリーダイヤル 0120-1048-86

携帯電話・PHSからのご利用は 03-3426-1048

FAX 03-3425-2101（365日：8:00～20:00受付）

- 「東芝家電修理ご相談センター」「東芝家電ご相談センター」は東芝テクノネットワーク株式会社が運営しております。
- お客様からご提供いただいた個人情報は、修理やご相談への回答、カタログ発送などの情報提供に利用いたします。
- 利用目的の範囲内で、当該製品に関連する東芝グループ会社や協力会社にお客様の個人情報を提供する場合があります。

保証書（一体）

●保証書は、この取扱説明書の 24 ページに記載されております。

●保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みの後、大切に保管してください。

●**保証期間はお買い上げの日から 1 年間です。**

補修用性能部品の保有期間

●電磁調理器の補修用性能部品の保有期間は製造打切り後 6 年です。

●補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

部品について

●修理のために取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は弊社にて引き取らせていただきます。

●修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

修理を依頼されるときは　持込修理

●22 ページに従って調べていただき、なお異常があるときは、切キーを押して使用を中止し、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店にご連絡ください。

■保証期間中は

保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。なお、修理に際しましては、保証書をご提示ください。

■保証期間が過ぎているときは

保証期間経過後の修理については、お買い上げの販売店にご相談ください。修理すれば使用できる場合は、ご希望により有料で修理させていただきます。

■修理料金のしくみ

修理料金は技術料・部品代などで構成されています。	
技術料	故障した商品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。

便利メモ		
	お買い上げ日	年　月　日
	お買い上げ店名	電話（　　）

愛情点検

長年ご使用の IH 調理器の点検を！

定期的に「安全上のご注意」を確認してご使用ください。誤った使いかたや長年のご使用による熱・湿気・ほこりなどの影響により部品が劣化し、故障や事故につながることもあります。

こんな症状はありませんか。

電源プラグやコンセントにたまっているほこりは取り除いてください。

● 電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
● 本体からコゲくさいにおいがする。
● 本体の一部に割れ、ゆるみ、がたつきがある。
● 調理中、吸気口部のファンが回っていない。
● その他の異常・故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜いて、必ずお買い上げの販売店に点検・修理をご相談ください。

東芝 IH 調理器保証書

持込修理

形名	MR-B30N		
★お客様	お名前	ふりがな 様	
	ご住所	〒□□□-□□□□	
	電話	市外　市内　番号　呼	
保証期間	本体	1年	★お買い上げ日 年　月　日から
★ご販売店	住所・店名 電話		

※この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがってこの保証書によって保証書を発行している者（保証責任者）、およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

※保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは取扱説明書をご覧ください。

東芝コンシューママーケティング株式会社　家電事業部　レンジ・調理機器部
〒101-0021　東京都千代田区外神田2-2-15（東芝昌平坂ビル）　電話（03）3257-6163

本書は、取扱説明書、本体貼付ラベルなどの記載内容にそった正しいご使用のもとで、保証期間中に故障した場合に、本書記載内容にそって無料修理をさせていただくことをお約束するものです。
保証期間中に故障が発生したときは、本書と商品をご持参のうえ、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。
修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。
★印欄に記入がないときは無効です。本書をお受け取りの際は必ず記入をご確認ください。また、本書は再発行しませんので紛失しないように大切に保管してください。

1. 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。
   （イ）誤ったご使用や不当な修理･改造で生じた故障、損傷。
   （ロ）お買い上げ後の落下や輸送などで生じた故障、損傷。
   （ハ）火災、天災地変（地震、風水害、落雷など）、塩害、ガス害、異常電圧で生じた故障、損傷。
   （ニ）本書のご提示がない場合。
   （ホ）本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句が書きかえられた場合。
   （ヘ）一般家庭用以外（たとえば業務用など）に使用された場合の故障、損傷。
   （ト）消耗部品の交換。
2. 出張修理を行った場合には出張に要する実費を申し受けます。
3. 修理のため取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は弊社にて引き取らせていただきます。
4. 本書は日本国内においてのみ有効です。
   This warranty is valid only in Japan.
5. ご転居またはご贈答品などで、お買い上げの販売店に修理がご依頼できない場合には、東芝家電修理ご相談センターへご相談ください。

修理メモ　修理年月日	修理内容	担当
年　月　日		
年　月　日		

・保証書にご記入いただいたお客様の住所・氏名などの個人情報は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。
・修理のために、当社から修理委託している保守会社などに必要なお客様の個人情報を預託する場合がございますが、個人情報保護法および当社と同様の個人情報保護規程を遵守させますので、ご了承ください。

東芝コンシューママーケティング株式会社
家電事業部
〒101-0021　東京都千代田区外神田2-2-15（東芝昌平坂ビル）
THT-CACB(IR)